

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.05.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		365,00	8,07	10,49	50,19	325,58
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,66	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		620,00	18,52	20,60	63,85	524,12
Полдник	ЙОГУРТ	150	4,35	3,75	16,5	117
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		170,00	4,37	3,75	32,38	181,20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,61	2,58	2,75	37,96
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	5,43	6,65	24,69	180,99
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		380,00	7,88	9,53	52,02	327,13
Итого за день		1638,00	39,24	44,77	208,24	1405,03
Среднее значение за период		1638,00	39,24	44,77	208,24	1405,03

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.05.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		445.00	10.45	12.55	61.58	404.10
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,98	83,7
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	200	0,38	0	16,27	65,53
	Итого за обед	720.00	23.00	26.07	76.35	653.62
Полдник	ЙОГУРТ	160	4,64	4	17,6	124,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		180.00	4.66	4.00	33.48	189.00
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	50	0,74	3,25	3,33	47,33
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,27	7,68	28,5	208,85
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		420.00	9.45	11.33	61.54	388.16
Итого за день		1868.00	47.96	54.35	242.75	1681.88
Среднее значение за период		1868.00	47.96	54.35	242.75	1681.88

Категория: Ясли (аллергики)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.05.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
Итого за завтрак 1		365.00	8.07	10.49	50.19	325.58
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
	Итого за обед		620.00	18.52	20.60	63.85
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		170.00	4.37	3.75	32.38	181.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,61	2,58	2,75	37,96
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	5,43	6,65	24,69	180,99
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		380.00	7.88	9.53	52.02	327.13
Итого за день		1638.00	39.24	44.77	208.24	1405.03
Среднее значение за период		1638.00	39.24	44.77	208.24	1405.03